



豬（H1N1）流感 – 常問問題

問題：什麼是豬（H1N1）流感？

答案：它是一種常在豬隻身上發現的感染。通常是由一種流感病毒所引起的。

問題：人類會感染到豬（H1N1）流感嗎？

答案：在過去，只有當人類直接與豬隻接觸時才會被感染。但現在有可能會經過人而傳播出去。

問題：它的癥狀為何？

答案：它的癥狀與一般感冒相同，兩者之間很難區別。

- ◆ 發燒
- ◆ 咳嗽
- ◆ 喉嚨痛
- ◆ 身體疼痛
- ◆ 頭痛
- ◆ 發冷
- ◆ 疲倦
- ◆ 有時會腹瀉及嘔吐

問題：我會從別人身上得到豬（H1N1）流感嗎？

答案：會的。它的傳播方式與一般流感相同，如咳嗽及打噴嚏。

問題：我該如何做才能減低感染的機率？

答案：

- ◆ 當您咳嗽或打噴嚏時**務必要**遮住您的嘴巴及鼻子。
 - 如果您用衛生紙遮住嘴巴或鼻子，用後請將它丟入垃圾桶。
 - 如果您咳嗽或打噴嚏到手上，請**務必**洗手。
- ◆ **不要**觸摸您的眼睛、鼻子、或嘴巴。細菌是經由這些部位傳播的。
- ◆ 經常洗手；用肥皂和熱水洗手 15 到 20 秒鐘。
- ◆ 和生病的人保持距離；不要和他們擁抱或親吻。
- ◆ 如果您生病了，不要上班或上學。待在家裏、休息並且去看醫生。



問題： 我如何保持健康？

答案：

- ◆ 睡眠充足
- ◆ 運動
- ◆ 喝大量流質（水）
- ◆ 吃健康的食物

問題： 我在這季已注射了流感疫苗。它會保護我對抗豬（H1N1）流感嗎？

答案： 不會。這是不同種類的流感病毒。



問題： 它可以被治癒嗎？

答案： 可以。與一般流感的治療方法相同。如果您感到生病了，去看醫生或到緊急醫護中心。

問題： 我吃豬肉製品會感染到嗎？

答案： 不會。這個病毒不會經由食物傳播。您不會因吃豬肉或豬肉製品而感染。

問題： 我從哪兒可以獲得更多資訊？

答案： 請打電話給您的全科醫師或聯絡：

- 加州公共健康部門的豬流感專線： 1-888-865-0564
星期一到星期五早上 7 點到下午 6 點，週末早上 8 點到下午 4 點開放。
- 欲知更多詳情，請瀏覽：
疾病管制中心及預防豬（H1N1）流感網站：
<http://www.cdc.gov/h1n1flu/>